

Benutzerhandbuch für das mySugr Tagebuch

Version: 3.92.43_Android - 2022-11-14

1 Anwendungsgebiete

1.1 Vorgesehene Anwendung

Das mySugr Tagebuch (mySugr App) soll dir durch das Management deiner diabetesrelevanten Daten bei der täglichen Diabetestherapie helfen und dich gleichzeitig bei der Optimierung deiner Therapie unterstützen. Du kannst manuell Einträge erstellen, die Informationen über deine Insulintherapie, deinen momentanen Blutzuckerwert und deinen Zielwert, deine Kohlenhydrataufnahme und deine Aktivitäten enthalten. Außerdem kannst du deine Therapiegeräte, wie z. B. dein Blutzuckermessgerät, mit der App synchronisieren, um Fehler bei der manuellen Eingabe zu umgehen.

Das mySugr Tagebuch unterstützt dich bei der Optimierung deiner Therapie auf zwei Arten:

- 1) Kontrolle: Durch das tägliche Überwachen deiner Werte kannst du bessere Therapieentscheidungen treffen. Du kannst auch Reports erstellen um deine Daten mit einem Arzt oder medizinischem Fachpersonal zu besprechen.
- 2) Therapietreue: Das mySugr Tagebuch hilft dir mit motivierenden Elementen, Feedback zum aktuellen Therapiestatus und Belohnungen, am Ball zu bleiben und damit deine Therapietreue zu verbessern.

1.2 Für wen ist das mySugr Tagebuch geeignet?

Das mySugr Tagebuch wurde für Personen handgemacht:

- bei denen Diabetes diagnostiziert wurde
- die 16 Jahre oder älter sind
- die unter Aufsicht eines Arztes oder medizinischen Fachpersonals stehen
- die physisch und mental fähig sind, sich selbstständig um ihre Diabetestherapie zu kümmern
- die fähig sind, ein Smartphone zu bedienen

1.3 Auf welchen Geräten funktioniert das mySugr Tagebuch?

Das mySugr Tagebuch kann auf iOS-Geräten mit iOS 14.2 oder höher verwendet werden. Es kann auch auf den meisten Android-Smartphones mit Android 8.0 oder höher genutzt werden. Das mySugr Tagebuch sollte nicht auf gerooteten Geräten oder auf Geräten mit installiertem Jailbreak verwendet werden.

1.4 Nutzungsumgebung

Das mySugr Tagebuch kann als mobile App in jeder Umgebung verwendet werden, in der Smartphones normalerweise benutzt werden. Die App ist damit nicht an die Nutzung in Innenräumen gebunden.

2 Gegenanzeigen

Keine bekannt

3 Warnung



3.1 Medizinische Empfehlung

Das mySugr Tagebuch wird zur Unterstützung der Diabetesbehandlung verwendet. Es kann aber einen Besuch beim Arzt oder Diabetesbehandlungsteam nicht ersetzen. Du brauchst nach wie vor eine regelmäßige Bestimmung deines Langzeitblutzuckers (HbA1c) und du musst deinen Blutzucker weiterhin kontrollieren.

3.2 Empfohlene Updates

Um die sichere und optimale Verwendung des mySugr Tagebuchs sicherzustellen, ist es angeraten Software-Updates zu installieren, sobald sie zur Verfügung stehen.

4 Wesentliche Funktionen

4.1 Zusammenfassung

mySugr möchte das tägliche Diabetesmanagement einfacher machen und deine Therapie so optimal wie möglich gestalten. Das ist aber nur möglich, wenn du dabei aktiv mithilfst, besonders wenn es um das Loggen deiner Werte geht. Um dich zu motivieren, haben wir einige witzige Elemente in die App eingebaut. Es ist wichtig, dass du so viel Information wie möglich einträgst und ehrlich zu dir bist. Nur so kannst du von deinen Werten profitieren. Falsche Daten bringen dir nichts.

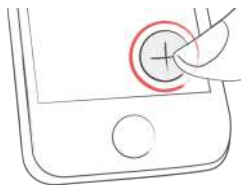
mySugr Hauptfunktionen:

- Blitzschnelles Eintragen von Daten
- Personalisierter Logging-Bildschirm
- Detaillierte Tagesanalyse
- Praktische Fotofunktion (mehrere Bilder pro Eintrag)
- Spannende Challenges
- Mehrere Report-Formate (PDF, CSV, Excel)
- Klare Graphen
- Praktische Blutzucker-Erinnerungen (nicht in allen Ländern verfügbar)
- Apple Health Integration
- Sicheres Datenbackup
- Schnelles Synchronisieren zwischen Geräten
- Accu-Chek Aviva/Performa Connect/Guide/Instant/Mobile Integration
- Beurer GL 50 evo Integration (Deutschland und Italien)
- Ascensia Contour Next One Integration (wo verfügbar)
- Novo Pen 6 / Novo Pen Echo+ Integration
- Lilly Tempo Smart Button Integration

HAFTUNGSAUSSCHLUSS: Die vollständige Liste der kompatiblen Geräte findest du in der mySugr App unter „Verbindungen“.

4.2 Wesentliche Funktionen

Einfaches und schnelles Notieren.



Cleverer Suche.



Schmucke, übersichtliche Graphen.



Nützliche und hilfreiche Foto-Funktion.



Spannende Challenges.



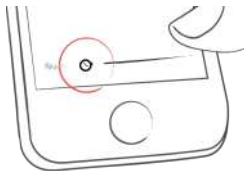
Verschiedene Report-Formate: PDF, CSV, Excel (schmucke PDFs und Excel nur mit mySugr PRO).



Motivierendes Feedback.



Praktische Blutzucker-Erinnerungen.



Daten-Synchronisation zwischen mehreren Geräten (mySugr PRO).



5 Erste Schritte

5.1 Installation

iOS: Nachdem du im Apple App Store die mySugr App gefunden hast, klickst du diese an, um die Details zu öffnen. Danach drückst du den Button „Gratis“ und dann „Installieren“. Nach der App Store Authentifizierung beginnt der Ladevorgang und die App wird auf deinem iPhone installiert.

Android: Nachdem du im Google Play Store die mySugr App gefunden hast, klickst du dieses an, um die Details zu öffnen. Anschließend drückst du den Button „Installieren“. Danach musst du die Installationsbedingungen akzeptieren um die App herunterladen zu können. Der Ladevorgang beginnt und die App wird auf deinem Android Phone installiert.



Um die mySugr App nutzen zu können, musst du dich vorher registrieren. Dies ist nötig, um zum Beispiel später deine Daten exportieren zu können (siehe Reports).



5.2 Dashboard

5.2.1 Wenn du nur mit einem Messgerät deinen Blutzucker misst (oder eine Echtzeitverbindung zu einem CGM-System verwendest, das nicht Eversense ist)

Die beiden Hauptelemente sind die Lupe, um Einträge zu suchen (mySugr PRO), und der Plus-Button, um neue Einträge zu machen.



Unter dem Graphen siehst du verschiedene Kacheln. Sie geben Auskunft über die Statistiken des aktuellen Tages:

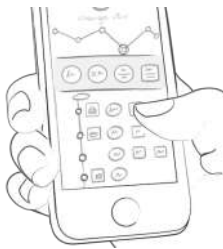
- Blutzuckerdurchschnitt
- Blutzuckerabweichung
- Hypos und Hypers

Unter den Statistiken findest du Kacheln mit weiteren Infos wie z. B. die durchschnittliche tägliche Insulin- oder Kohlenhydratmenge.



Unter dem Graphen siehst du weitere Informationen für den betreffenden Tag:

- Zuckerdurchschnitt
- Zuckerabweichung
- Hypos und Hypers
- Verhältnis Basal zu Bolus
- verabreichte Bolusmenge
- verputzte Nahrung
- Aktivitätsdauer
- eingenommene Tabletten
- Gewicht
- Blutdruck



5.2.2 Falls du eine Eversense CGM Echtzeitverbindung verwendest

Ganz oben siehst du deinen letzten CGM-Wert. Falls der Wert älter als 10 Minuten ist, wird in einem roten Label angegeben, wie alt er ist.



Unten im Bildschirm befindet sich ein Graph, in dem die CGM-Werte als Kurve angezeigt werden. Therapieereignisse sind mit einer Markierung versehen.

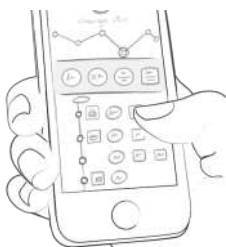
Wenn du den Graphen seitlich verschiebst, kannst du deine älteren Daten sehen. Dabei wird der große CGM-Wert durch eine kleinere Zahl ersetzt, die die älteren CGM-Werte darstellt. Wenn du wieder zu deinem letzten CGM-Wert zurückkehren möchtest, dann musst du den Graphen wieder ganz nach rechts schieben.



Manchmal werden unter dem Graphen Informationskästen angezeigt, wo du zum Beispiel sehen kannst, ob es Probleme mit deiner Verbindung zum CGM-System gibt.



Darunter befindet sich eine Liste deiner Tagebucheinträge, mit den neuesten Einträgen ganz oben. Wenn du die Liste nach oben oder unten verschiebst, kannst du auch ältere Einträge sehen.

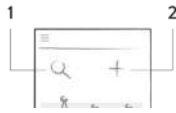


5.3 Erklärung der Icons und Farben

5.3.1 Wenn du nur mit einem Messgerät deinen Blutzucker misst (oder eine Echtzeitverbindung zu einem CGM-System verwendest, das nicht Eversense ist)

1) Wenn du auf die **Lupe** klickst, kannst du nach Einträgen, Tags, Locations, Notizen etc. suchen.

2) Wenn du auf den **Plus Button** klickst, kannst du einen neuen Eintrag vornehmen.



Auf dem Dashboard siehst du viele Fähnchen in unterschiedlichen Farben, die dir zum Beispiel Auskunft über deinen Durchschnitts-Blutzucker (3) oder deine gegessenen Kohlenhydrate geben. Der Graph passt sich farblich an die Tageszeit an (1). Außerdem begrüßt dich das Monster (2), das je nach aktuellem Blutzuckerdurchschnitt des Tages, seine Farbe ändert.



Mit den Tags kannst du neuen Einträgen zusätzliche Infos hinzufügen wie z. B. Begleitumstände, Kontext, Stimmungen. Unter jedem Icon gibt es eine Beschreibung des Tags.



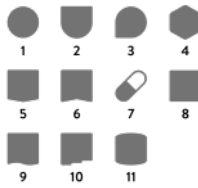
Die Farben tauchen, wie oben beschrieben, in verschiedenen Bereichen der mySugr App auf und beziehen sich auf die vom Nutzer in den Einstellungen hinterlegten Zielbereiche.

- Rot: Blutzucker nicht im Zielbereich
- Grün: Blutzucker im Zielbereich
- Orange: Blutzucker nicht megagut aber auch nicht megaschlecht



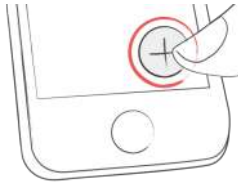
Die Kacheln in der App haben elf verschiedene Formen:

- 1) Blutzucker
- 2) Gewicht
- 3) HbA1c
- 4) Ketone
- 5) Bolusinsulin
- 6) Basalinsulin
- 7) Tabletten
- 8) Nahrung
- 9) Aktivität
- 10) Schritte
- 11) Blutdruck



5.3.2 Falls du eine Eversense CGM Echtzeitverbindung verwendest

Mit dem Pluszeichen kannst du einen Eintrag hinzufügen.



Die Farbe des obersten CGM-Werts ändert sich, je nachdem wie hoch der Wert ist:

- Rot: Wert ist im Hypo- oder Hyperbereich
- Grün: Wert ist im Zielbereich
- Orange: Wert ist außerhalb des Zielbereichs, aber nicht Hypo bzw. Hyper

Die Bereiche kannst du in den Einstellungen anpassen.

Derselbe Farbcode gilt auch für die CGM-Kurve und die Blutzuckerwerte im Graphen und der Liste.



Jede Markierung im Graphen hat ein passendes Icon. Die Markierungen werden in unterschiedlichen Farben angezeigt.

- 1) Tropfen: Blutzuckermessung
- 2) Spritze: Bolusinjektion
- 3) Apfel: Kohlenhydrate
- 4) Spritze mit Punkten darunter: Basalinjektion



Mit den Tags kannst du neuen Einträgen zusätzliche Infos hinzufügen wie z. B. Begleitumstände, Kontext, Stimmungen. Unter jedem Icon gibt es eine Beschreibung des Tags.



5.4 Profil

Öffne das Seiten-Menü, um Profil & Einstellungen zu ändern.



Ändere deinen persönlichen Daten, Therapieeinstellungen sowie allgemeine Einstellungen der App. Wenn du möchtest, kannst du noch zusätzliche Informationen über dich eingeben, wie zum Beispiel deinen Diabetes-Typ oder das Datum deiner Diagnose. Außerdem kannst du hier auch dein Passwort ändern.



Hier ist Platz für deinen Namen, E-Mail-Adresse, dein Geschlecht und deinen Geburtstag. Außerdem kannst du dein Passwort ändern oder dich ausloggen. Last but not least, gib hier deinem Diabetes-Monster einen Namen. Sei kreativ!



Hier ist Platz für Infos rund um deine Therapie. Zum Beispiel das Jahr deiner Diagnose, deine Medikamente oder die Art deiner Diabetes-Therapie. Zusätzlich kannst du einstellen, ob du deinen Blutzucker in mg/dL oder mmol/L misst und in welcher Einheit du deine Kohlenhydrate berechnest. Diese Einstellungen, ebenso dein Blutzuckerzielbereich, sind nötig um das mySugr Tagebuch optimal und richtig nutzen zu können. Insulinpumpenbesitzer können hier auch ihre Basalrate hinterlegen und entscheiden, ob diese im Graphen des mySugr Tagebuchs angezeigt werden soll oder nicht.

Außerdem kannst du dein Zielgewicht festlegen und in welcher Einheit du deinen HbA1c misst.



Zur Eingabe der **Basalrate**: Die gesamte Basalmenge siehst du ganz oben rechts im Graphen. Um die Basalrate zu speichern, oben rechts in der Ecke das grüne Häkchen klicken oder mit x das Ganze wieder abbrechen.



Unter "Einstellungen" kannst du die Geräte hinterlegen, die du in deinem Diabetes-Alltag nutzt. Zusätzlich kannst du die Monster Geräusche ein- oder ausschalten und festlegen, ob du einen Wochenbericht bekommen möchtest. Außerdem kannst du hier die Einstellungen für den Bolusrechner vornehmen (wenn er in deinem Land verfügbar ist).



5.5 Was passiert in der App, wenn ich in eine andere Zeitzone wechsele?

5.5.1 Wenn du nur mit einem Messgerät deinen Blutzucker misst (oder eine Echtzeitverbindung zu einem CGM-System verwendest, das nicht Eversense ist)

Im Graphen werden Log-Einträge nach der aktuellen Zeitzone sortiert. Die Zeitskala des Graphen orientiert sich an der Zeitzone des Telefons.

In der Liste werden die Log-Einträge nach der aktuellen Zeitzone sortiert und das Zeitlabel der Einträge orientiert sich an der Zeitzone, in der der Eintrag gemacht wurde. Bei Einträgen, die in einer Zeitzone gemacht wurden, die nicht der aktuellen Zeitzone des Telefons entspricht, wird ein Label mit der Zeitzone angezeigt, in der der Eintrag gemacht wurde (siehe Verschiebungen zur GMT (Greenwich Mean Time)).

5.5.2 Falls du eine Eversense CGM Echtzeitverbindung verwendest

Im Graphen und der Liste werden Log- und CGM-Einträge immer nach der absoluten Zeit (UTC = koordinierte Weltzeit) sortiert. Die chronologische Reihenfolge bleibt also erhalten.

Die Zeitskala des Graphen orientiert sich an der Zeitzone des Telefons und CGM- und Log-Einträgen werden so angezeigt, als wären sie in der aktuellen Zeitzone erstellt worden.

Das Zeitlabel der Log-Einträge in der Liste zeigt dagegen die Zeitzone an, in der der Eintrag erstellt wurde. Bei Einträgen, die in einer Zeitzone gemacht wurden, die nicht der aktuellen Zeitzone des Telefons entspricht, wird ein Label mit der Zeitzone angezeigt, in der der Eintrag gemacht wurde (siehe Verschiebungen zur GMT (Greenwich Mean Time)).

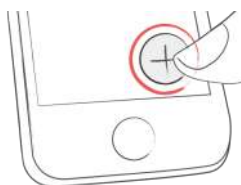
6 Einträge

6.1 Einen Eintrag machen

Öffne die mySugr App.



Klicke auf den Plus-Button.



Ändere Datum, Zeit und Ort, falls nötig.



Mache ein Foto von deinem Essen.



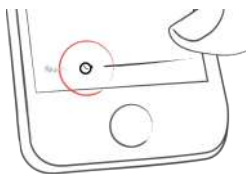
Gib Blutzucker, Kohlenhydrate, Art der Nahrung, Bolus- und Basalinsulin, Medikamente, Aktivität, Gewicht, HbA1c, Ketone und Notizen ein. Je mehr Infos, desto besser.



Wähle Tags aus.



Klicke auf das Reminder-Symbol und bewege den Schieber, um die gewünschte Zeit einzustellen, wenn du an die nächste Blutzuckermessung erinnert werden möchtest (mySugr Pro).



Speichere den Eintrag.



Geschafft!



6.2 Einen Eintrag bearbeiten

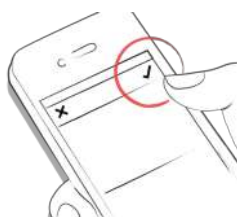
Klicke auf den Eintrag oder schiebe ihn nach rechts, um ihn bearbeiten zu können.



Bearbeite den Eintrag.



Bestätige deine Änderung mit dem grünen Häkchen, oder klicke das "x" um die Änderung abubrechen.



6.3 Einen Eintrag löschen

Klicke auf den Eintrag oder schiebe ihn nach rechts um deinen Eintrag zu löschen.



Lösche den Eintrag.



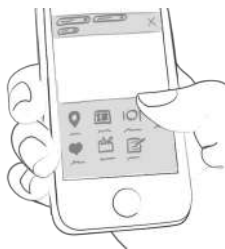
6.4 Einen Eintrag suchen

(Ab v3.92.43 nicht verfügbar)

Klicke auf die Lupe.



Verwende Filter und erhalte die geeigneten Suchergebnisse.



6.5 Ältere Einträge anzeigen

Scrolle in deinen Einträgen hoch und runter, oder schiebe den Graphen nach links und rechts um weitere Daten anzuzeigen.



7 Punkte sammeln

Für jeden Eintrag tust du etwas für dich und erhältst Punkte, egal ob Blutzucker, Tags, Fotos, Nahrung..., je mehr, desto besser. Ziel ist es, den Kreis jeden Tag zu füllen.



Wofür bekomme ich Punkte?

- **1 Punkt:** Tags, jedes weitere Foto, Medikamente, Notizen, Nahrungs-Tags
- **2 Punkte:** Blutzucker, Mahlzeiten, Location, Bolus (Pumpe) / kurz wirkendes Insulin (Pen/Spritze), Mahlzeitenbeschreibung, temporäre Basalrate (Pumpe) / Basalinsulin (Pen/Spritze), Blutdruck, Gewicht, Ketone
- **3 Punkte:** Erstes Foto, Aktivität, Aktivitätsbeschreibung, HbA1c



Hol' dir jeden Tag 50 Punkte und zähme dein Monster! (Nicht verfügbar für Nutzer des Eversense CGM)



8 Geschätzter HbA1c-Wert

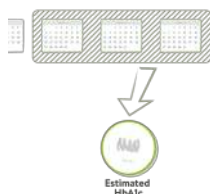
Im Graphen neben deinen Blutzuckerwerten gibt es eine Kachel die dir einen geschätzten HbA1c-Wert anzeigt (wenn du genug Blutzuckerwerte geloggt hast). Scrolle dazu ganz hinauf zu deinem letzten Eintrag. Hinweis: Beachte, dass es sich hierbei nur um eine Schätzung handelt, basierend auf deinen geloggtten Blutzuckerwerten. Das Ergebnis kann dadurch von der Labormessung abweichen.



Um einen geschätzten HbA1c-Wert berechnen zu können, muss im mySugr Tagebuch eine gewisse Anzahl von Blutzuckereinträgen über einen größeren Zeitraum vorhanden sein. Logge dazu durchschnittlich drei Werte pro Tag über einen Zeitraum von einer Woche. Je mehr du loggst, desto genauer wird die Schätzung des Wertes.



Der Bemessungszeitraum ist maximal 90 Tage.



9 Coaching und Arzt

9.1 Coaching

Coaching findest du im Seiten-Menü.



Klicke auf die Nachricht, um sie zu öffnen oder zu schließen.



Badges zeigen ungelesene Nachrichten an.



9.2 Arzt oder medizinische Fachkraft

Deinen Arzt findest du im Seitenmenü unter „Arzt“. (Nur für Länder, in denen dieser Service verfügbar ist.)



Tippe auf die Nachricht/den Kommentar in der Liste, um die Nachricht/den Kommentar von deiner medizinischen Fachkraft anzuzeigen. Du hast auch die Möglichkeit, mit Kommentaren auf die Nachrichten deines Arztes zu antworten.



Das Badge im Seitenleistenmenü sowie der hervorgehobene Titel in der Posteingangsliste weisen auf eine ungelesene Notiz hin.



Die neuesten Nachrichten werden oben in der Liste angezeigt.



Noch nicht gesendete Kommentare werden durch folgende Warnsymbole gekennzeichnet:



Kommentar wird gesendet



Kommentar konnte nicht zugestellt werden

10 Challenges

Challenges findest du im Side Menü.



Challenges sollen dir helfen, Gesundheitsziele zu erreichen, wie zum Beispiel den Blutzucker öfter zu kontrollieren oder mehr Sport zu treiben.



11 Daten importieren

11.1 Hardware

Wenn du Daten von deinem Gerät importieren möchtest, musst du es zuerst mit mySugr verbinden.

Stelle vorher bitte sicher, dass dein Gerät nicht schon mit deinem Smartphone verbunden ist. Sollte es verbunden sein, lösche dein Gerät bitte in den Bluetooth Einstellungen deines Smartphones.

Falls dein Gerät dies erlaubt, lösche von deinem Gerät auch die vorherige Verbindung zu deinem Smartphone aus den Geräteeinstellungen. Sonst kann es zu Fehlermeldungen kommen (gilt für Accu-Chek Guide Geräte).



Wähle im Menü den Punkt "Verbindungen" aus.



Wähle in der Liste dein entsprechendes Gerät aus.



Drücke auf "Verbinden" und folge den Anweisungen in der mySugr App.



Nachdem du dein Messgerät erfolgreich verbunden hast, werden deine Daten automatisch mit der mySugr App synchronisiert. Und zwar jedes Mal, wenn die mySugr App geöffnet ist, Bluetooth auf deinem Telefon eingeschaltet ist und du auf deinem Gerät etwas machst, dass eine Datenübertragung auslöst.



Beim Speichervorgang werden mögliche Duplikate (z. B. wenn ein Messwert aus einem Blutzuckermessgerät auch manuell in der mySugr App eingegeben wurde) automatisch durch die App erkannt und zusammengeführt.

Die Einträge werden nur dann zusammengeführt, wenn der Wert und Datum und Uhrzeit übereinstimmen.

ACHTUNG: Werte, die von einem Gerät importiert wurden, können nicht mehr geändert werden.



11.1.1 Blutzuckermessgeräte

Extrem niedrige oder hohe Werte werden entsprechend markiert: Werte unter 20 mg/dL werden als Lo angezeigt, Werte über 600 mg/dL werden als Hi angezeigt. Dasselbe gilt für die entsprechenden Werte in mmol/L.



Nach dem Datenimport hast du die Möglichkeit eine Live-Messung durchzuführen. Gehe dazu zum Dashboard und stecke einen Teststreifen in dein Messgerät.



Wenn du von deinem Blutzuckermessgerät dazu aufgefordert wirst, trage Blut auf den Teststreifen auf und warte auf das Ergebnis, so wie immer. Der Wert wird mit dem aktuellen Datum und der aktuellen Uhrzeit in die mySugr App übertragen. Der Eintrag kann jetzt mit zusätzlichen Infos manuell ergänzt und gespeichert werden.



11.2 Zeit synchronisieren mit dem Accu-Chek Instant

Um die Uhrzeit von deinem Smartphone mit deinem Accu-Chek Instant Messgerät zu synchronisieren, musst du dein Messgerät einschalten, während die App geöffnet ist.

11.3 CGM Daten importieren

11.3.1 Importiere CGM Daten via Apple Health (nur iOS)

Tippe im Menü auf "Verbindungen". Aktiviere Apple Health und stelle sicher, dass das Teilen von Blutzuckerdaten in den Apple Health Einstellungen aktiviert ist. Öffne die mySugr App und deine CGM Daten werden im Graph auf dem Homescreen erscheinen. *Wichtig für Dexcom Share & Share2: Apple Health wird Werte dieser App mit einer Verzögerung von 3 Stunden anzeigen. Es werden somit keine Echtzeit-Werte angezeigt.

11.3.2 CGM-Daten ausblenden

Mit einem Doppelklick auf den Graphen öffnet sich ein Menü, in dem du die CGM-Daten ein- und ausblenden kannst. (Nicht verfügbar für Nutzer des Eversense CGM)

12 Daten exportieren

Wähle im Side Menü "Reports".



Ändere, falls gewünscht, das Dateiformat und den Zeitraum (mySugr PRO) und klicke auf „Exportieren“. Sobald der Export erscheint, klicke den Knopf oben rechts (unten links ab iOS 10), um den Report zu verschicken oder zu speichern.



13 Apple Health

Du kannst im Seitenmenü unter "Verbindungen" Apple Health aktivieren. Google Fit kann im Seitenmenü aktiviert werden.

Mit Apple Health kannst du Daten zwischen mySugr und anderen Gesundheits-Apps synchronisieren.



14 Datenübersicht

14.1 Alle Länder außer Australien und Saudi-Arabien

(Nicht verfügbar für Nutzer des Eversense CGM)

Wische in der Tagesübersicht nach links, um zur Datenübersicht zu kommen.



Du landest gleich auf der Übersicht der letzten 7 Tage. Wischst du nochmal nach links, kommst du auf die 14-Tages-Übersicht.



Die Punkte zeigen dir an wo du bist. Wischst du nochmals nach links, kommst du auf deine Monatsübersicht und kannst dir bei uns sogar deine Quartalsübersicht ansehen!



Wenn du runter scrollst, siehst du die Graphen deiner vergangenen Daten!



Im blauen Bereich siehst du, wie viele Logs pro Tag du im Durchschnitt gemacht hast, wie viele Logs du insgesamt gemacht hast und wie viele Punkte du bereits gesammelt hast.



14.2 Nur Australien und Saudi-Arabien

(Nicht verfügbar für Nutzer des Eversense CGM)

Tippe auf „Gehe zu Datenübersicht“ unter deiner Tagesübersicht, um vergangene Daten anzuzeigen.



Du kannst auch das Menü oben links öffnen und auf „Datenübersicht“ gehen.



Wenn du nach links oder rechts wischst oder auf die Pfeile tippst, kannst du zwischen den wöchentlichen, zweiwöchentlichen, monatlichen und vierteljährlichen Statistiken hin- und herwechseln. Zwischen den Navigationspfeilen siehst du, für welchen Zeitraum die Daten gerade angezeigt werden.



Scrolle nach unten, um Graphen mit älteren Daten anzuzeigen.



Tippe auf die Pfeile über den Graphen, um die Statistiken anzuzeigen.



Ganz oben auf dem Bildschirm siehst du, wie viele Logs pro Tag du im Durchschnitt gemacht hast, wie viele Logs du insgesamt gemacht hast und wie viele Punkte du bereits gesammelt hast.



Tippe auf den Pfeil oben links, um zum Startbildschirm zurückzukehren.



15 Deinstallation

15.1 Deinstallation iOS

Tippe auf das mySugr App Icon und halte es, bis es anfängt zu zittern. Tippe auf das kleine "x", das in der oberen Ecke erscheint. Du bekommst eine Nachricht, die dich fragt ob du die Deinstallation bestätigst (indem du auf "Löschen" tippst) oder abbrichst (indem du auf "Abbrechen" tippst).



15.2 Deinstallation Android

Suche in den Einstellungen deines Android Smartphones nach Apps und tippe bei der mySugr App auf „Deinstallieren“. Fertig!



16 Konto löschen

Tippe im Seitenmenü auf „Profil & Einstellungen“ und anschließend auf „Einstellungen“ (Android) oder tippe auf den Menüpunkt „Mehr“ in der Navigationsleiste, anschließend auf „Profil & Einstellungen“ und dann auf „Weitere Einstellungen“ (iOS).

Tippe auf „Mein Konto löschen“ und anschließend auf „Löschen“. Tippe dann im angezeigten Dialogfeld auf „Löschen“, um den Löschvorgang endgültig zu bestätigen, oder auf „Abbrechen“, um den Löschvorgang abubrechen.



Denk daran, dass deine gesamten Daten gelöscht werden und nicht wiederhergestellt werden können, wenn du „Löschen“ antippst. Dein Konto wird gelöscht.

17 Datensicherheit

Deine Daten sind bei uns sicher. Das ist uns ganz wichtig (wir sind auch mySugr Nutzer). mySugr erfüllt die Anforderungen zur Datensicherheit und dem Schutz persönlicher Daten gemäß der Datenschutz-Grundverordnung.

Weitere Informationen findest du in der Datenschutzerklärung in unseren [Geschäftsbedingungen](#).

18 Hilfe

18.1 Fehlerbehebung

Du bist uns wichtig! Deswegen gibt es bei uns Menschen mit Diabetes, die sich um deine Fragen, Sorgen und Anliegen kümmern.

Du findest Tipps zur schnellen Fehlerbehebung auf unserer [FAQ-Seite](#)

18.2 Hilfe

Wenn du Fragen über mySugr hast, Hilfe mit der App brauchst oder einen Fehler bzw. ein Problem gefunden hast, melde dich bitte gleich bei uns unter support@mysugr.com.

Du kannst uns auch unter folgenden Nummern erreichen:

+1 (855) 337-7847 (USA, kostenlos)

+44 800-011-9897 (UK, kostenlos)

+43 720 884555 (Österreich)

+49 511 874 26938 (Deutschland)

Wende dich bei schwerwiegenden Vorfällen im Zusammenhang mit der Verwendung des mySugr Tagebuchs an den mySugr Kundendienst und an die zuständige örtliche Behörde.

19 Hersteller



mySugr GmbH
Trattnerhof 1/5 OG
A-1010 Wien, Österreich

Telefon:
+1 (855) 337-7847 (USA kostenlos)
+44 800-011-9897 (UK kostenlos)
+43 720 884555 (Österreich)
+49 511 874 26938 (Deutschland)

E-Mail: support@mysugr.com

Geschäftsführer: Jörg Hölzing
Firmenbuchnummer: FN 376086v
Gerichtsstand: Handelsgericht Wien, Österreich
UID-Nummer: ATU67061939



2022-11-14
Benutzerhandbuch Version 3.92.43 (de)



20 Länderinformationen

20.1 Australien

Australischer Sponsor:
Roche Diabetes Care Australia
2 Julius Avenue
North Ryde NSW 2113

20.2 Brasilien

Registriert durch: Roche Diabetes Care Brasil Ltda.
CNPJ: 23.552.212/0001-87
Rua Dr. Rubens Gomes Bueno, 691 - 2º andar - Várzea de Baixo
São Paulo/SP - CEP: 04730-903 - Brasil
Technische Leitung: Caroline O. Gaspar CRF/SP: 76.652
Reg. ANVISA: 81414021713

20.3 Philippinen

CDRRHR-CMDN-2022-945733

Imported and Distributed by:

Roche (Philippines) Inc.

Unit 801 8th Flr., The Finance Centre

26th St. corner 9th Avenue

Bonifacio Global City, Taguig

20.4 Saudi-Arabien

Die folgenden Funktionen sind in Saudi-Arabien nicht verfügbar:

- Wochenberichte per E-Mail (siehe 5.4. Profil)
- Basalrateneinstellungen (siehe 5.4. Profil)
- Suchfunktion (siehe 6.4. Einen Eintrag suchen)

20.5 Schweiz

CH-REP

Roche Diabetes Care (Schweiz) AG

Industriestrasse 7

CH-6343 Rotkreuz